NursRxiv
DOI：10. 12209/issn2708-3845. 20230227001

砭石熨摩中药透入法联合引导性音乐想象治疗1例慢性胃炎伴焦虑抑郁患者的护理体会

杜丽涛[1]，黄砚萍[2]，张　曼[1]，董　硕[1]，石彦会[1]，董春芳[1]
（1. 河北省中医院 心血管科，河北 石家庄，050011；2. 中国中医科学院西苑医院 脾胃科，北京，100091）

摘要：本文总结1例慢性胃炎伴焦虑抑郁患者应用砭石熨摩中药透入法联合引导性音乐想象的护理体会。通过引导性音乐想象技术缓解患者不良情绪，并运用砭石熨摩中药透入法对患者胃肠症状进行干预。砭石熨摩中药透入和引导性音乐想象技术联合应用，相得益彰，起到身心同治的效果，进一步改善患者胃肠症状。

关键词：慢性胃炎；抑郁；砭石；中药；引导性音乐想象

Nursing of a patient with chronic gastritis complicated with anxiety and depression treated by Bian-stone hot ironing-massage and Chinese herbal medicine penetration combined with music-guided imagination therapy

DU Litao[1]，HUANG Yanping[2]，ZHANG Man[1]，DONG Shuo[1]，SHI Yanhui[1]，DONG Chunfang[1]
（1. *Department of Cardiovascular Diseases*，*Hebei Provincial Hospital of Traditional Chinese Medicine*，*Shijiazhuang*，*Hebei*，050001；2. *Department of Spleen and Stomach Diseases*，*Xiyuan Hospital*，*China Academy of Chinese Medical Sciences*，*Beijing*，100091）

ABSTRACT：This paper summarized the nursing experience of a patient with chronic gastritis complicated with anxiety treated by Bian-stone hot ironing-massage and Chinese herbal medicine penetration combined with music-guided imagination therapy. The music-guided imagination therapy was used to relieve patient's negative emotions. Bian-stone hot ironing-massage and Chinese herbal medicine penetration were carried out to relieve the gastrointestinal symptoms of the patients. These two TCM technologies were complementary in the treatment of chronic gastritis complicated with anxiety and depression.
KEY WORDS：chronic gastritis；depression；Bian-stone；Traditional Chinese Medicine；music-guided imagination therapy

慢性胃炎（CG）是消化系统常见疾病，国内CG患病率在消化系统疾病中居于首位，基于内镜诊断的CG患病率接近90%[1]。现代医学研究认为，慢性胃炎既是一种生理疾病，又是一种心身疾病[2]。中国CG患者中约50%伴有心理障碍，焦虑、抑郁情绪的发生率为38%，CG和焦虑、抑郁状态相互影响，可能导致症状的加重及病情的恶化。近年来，中医适宜技术在改善CG患者的身心症候方面发挥了重要的作用。砭石熨摩中药透入法是砭石、按摩、热熨、中药贴敷的有机结合，顺时针按摩腹部，能够刺激足阳明胃经及手阳明大肠经的元气，达到调节气血、疏通经络的作用。引导性音乐想象技术是指在播放音乐的同时，患者跟随想象词引导进行想象，想象的内容通常是美好的大自然情景和良好的自我体验，可以减轻或消除焦虑、紧张或抑郁，建立和强化安全感、放松感和

通信作者：黄砚萍，E-mail：yunxiaopan@126. com

良好的自我体验[3]。本文总结1例砭石熨摩中药透入法联合引导性音乐想象治疗1例胃肠身心疾病患者的护理体会,现报告如下。

1 临床资料

患者,女,60岁,主因间断上腹胀闷不舒1月余,以"胃痞病(慢性胃炎)"于2022年8月8日收入脾胃病科。患者1月来间断上腹胀闷不舒,情绪波动时加重,食欲不振,纳差,食后腹胀、嗳气,晨起口酸,平素情志抑郁,悲伤欲哭,急躁易怒,二便调,眠差,需服用酒石酸唑吡坦片5 mg,每晚1次,辅助睡眠。患者舌诊见舌红,舌体中间可见裂纹,苔黄腻。中医诊断:胃痞病,辨证分型为脾胃湿热证。西医诊断:慢性胃炎。既往史:患者既往有甲状腺结节术后,高胆固醇血症病史,白细胞减少病史,否认食物及药物过敏史。专科查体:消化胃镜提示慢性萎缩性胃炎,幽门螺杆菌检测阴性,腹部彩超提示未见明显异常。

治疗方案:①中医治疗:以清热化湿,运脾和胃为法,给予中成药枳术宽中胶囊3粒(0.43 g/粒),3次/d,宽中和胃;给予非药物疗法耳穴压丸,每周用药2次;基本手法推拿治疗,每周2次;刮痧治疗,每周2次;中药膏摩联合引导性音乐想象,1次,运脾和胃;②西医治疗:给予口服氟哌噻吨美利曲辛片10.5 mg ,1次/d,抗焦虑。

患者经3 d的对症治疗和护理后,自诉嗳气症状较前缓解、食欲较前好转、睡眠较前好转、情绪比较平稳;干预7天后,患者自诉偶有轻微上腹胀闷不舒、嗳气消失、纳可,眠可,偶尔服用酒石酸唑吡坦片,情绪平稳,善与人交谈。

2 护理

2.1 护理评估

2.1.1 胃肠疾病症状:根据《胃肠疾病症候评分表》中相关标准评价患者腹胀缓解情况,按照胃脘胀闷、纳呆、反酸等症状按照严重程度积分。胃肠疾病症候评分越高,表示患者胃肠症状越严重。疗效评分=(治疗前症候积分-治疗后症候积分)/治疗前症候积分×100%。临床痊愈:症候疾病消失,积分减少达到≥95%;显效:症候有效率与治疗前相比,积分减少>75%;有效:症候有效率与治疗前相比,积分减少≥50%;无效:症候有效率与治疗前相比,积分减少<50%。患者干预前胃肠疾病证候评分26分。

2.1.2 抑郁情绪:采用抑郁自评量表(SD)评估患者抑郁状况,量表共20项内容,采用1~4分进行打分,1分代表没有或很少时间,2分代表小部分时间,3分代表相当多时间,4分代表绝大部分或者是全部时间,每项内容均与抑郁状态有关。SDS评分临界值为52分,评分53~62分为轻度抑郁,63~<72分为中度抑郁,评分≥72分为重度抑郁。干预前患者SDS评分61分。

2.1.3 睡眠质量:采用《匹兹堡睡眠质量指数量表》共7项内容,包括睡眠障碍、睡眠质量、睡眠时间、催眠药物、入睡时间、睡眠效率及日间功能,满分21分,评分越高表示睡眠质量越差。干预前睡眠质量评分19分。

2.2 中医特色护理

2.2.1 砭石熨摩中药透入法:操作步骤[4]见图1:①砭石太极球充电预热至60°C左右,以患者感觉温热舒适为宜;患者平卧位,暴露操作部位,用纸巾阻隔衣物,防止弄脏衣物。②将中药膏均匀涂抹于已预热的砭石太极球上,将中药膏均匀涂于脐周,上至上脘穴,下至气海穴,左右至覆盖天枢穴。③按顺时针按摩神阙、中脘、建里、天枢、关元、气海等穴,每穴着力推摩,同时关注患者感受。④按摩15 min后用保温膜贴于操作部位,使中药膏的作用继续通过皮肤透入,20min后将保温膜揭开,用纸巾将中药膏擦净,询问患者自身感受及腹胀症状改善情况。

操作手法(两顺四法):①温法:从低温开始逐步升温,温熨神阙,调动气血。推法(用于穴位之间):用砭具从神阙→右侧天枢→中脘→左侧天枢→神阙。②按法(用于穴位本身):垂直向下用力点按神阙、中脘、天枢等。③摩法(用于穴位本身):用砭具在腹部做顺时针按揉,可扩大按揉面积。

注意事项:①砭石太极球使用前需预热,预热温度不宜超过60 ℃。②操作过程中,询问患者的反应,及时调整力度及热度,防止损伤皮肤。③妇女经期、过饥过饱、皮肤有感染、瘢痕或出血倾向的患者禁止按摩。④使用药膏后如出现皮肤发红、瘙痒等,应立即停止按摩并处理。

2.2.2 引导性音乐想象:患者在进行砭石熨摩中药透入法的同时开展有声音乐导引,如《参观苹果园》[5]等,音乐播放分别于巳时(9:00-11:00)与午时(11:00-13:00)进行,音量以患者自我感觉舒适为度,每次听音乐15~30 min。治疗时引






图1　砭石熨摩中药透入技术操作步骤

导患者深呼吸，并闭目想象，肢体放松、呼吸放松，继而达到全身心放松。操作方法：护理人员向患者解释引导性音乐想象的方法和目的，使其接受配合，并根据患者喜好选择曲目。2次/d，7 d为1个疗程，共2个疗程。《参观苹果园》干预后想象画面对比见表1。

表1　患者《参观苹果园》干预后想象画面描述

SDS量表主要症状	干预第1天	干预第七天
“我觉得闷闷不乐，情绪低沉；我觉得想哭；我吃的比平常少；我发觉我的体重在下降；我比平常容易生气激动。”	患者没有看到大大的苹果，看到了没有人群的小路和凳子，看到了黄色的树叶和草地。患者所看到的是一片凋零的画面。”	患者看到了红色的苹果，绿色的树叶，绿油油的草地。“切开苹果时看到了闪闪的五角星。所看到的是一片丰收的画面。”

2.3　*常规护理*

2.3.1 生活起居护理：患者眠差，保持病室安静，温湿度适宜，按时熄灯，为患者营造一个良好的入睡环境；嘱患者睡前不喝浓茶、咖啡，可饮适量热牛奶或用温水泡脚，以促进睡眠；指导患者注意保暖，避免腹部受凉，依照气候转变及时增减衣物。

2.3.2 饮食护理：护理人员告知患者饮食时细嚼慢咽，保证定时定量，在睡前不能饮食，两餐之间不要吃其他零食。菜品烹饪可以选择焖、蒸、烩、煮、炖等多种方法，禁止使用过酸、过冷、过甜、过热、过咸、粗糙、咖啡、辛辣、浓茶类食物[6]。辨证施食：脾胃湿热焦虑抑郁者宜进食清热除湿、清肝理气的食物，如百合、马齿苋、赤小豆、芹菜等。

2.3.3 情志调理：护理人员耐心倾听患者内心困惑，并对其进行讲解，采取健康宣教等方式，提高患者对慢性胃炎的认识[7-8]。用陪伴疗法缓解患者的不安，帮助患者认识不良情绪对病情的危害[9]。给予患者音乐导引治疗，收听节奏舒缓的音乐，进行放松训练，疏导患者不良情绪。

3　讨论

现代心身医学研究表明，CG患者存在不同程度的心理健康问题，如情绪不稳定或性格内向并伴有因社会生活等压力所引起的抑郁、焦虑等不良精神心理状态，生活中的一些应激事件可能是促使慢性胃炎发病的重要原因，通常采取中医心理护理方法结合中医适宜技术能明显改善患者精神和胃肠不适，达到身心同治的效果。

砭石含有多种微量元素，可产生极丰富的超声脉冲，利用其感应增温、极宽的远红外辐射波谱、摩擦过程中产生密集的超声波脉冲等独特的生物物理效应[10-11]，接触人体表皮可在使血液循环加快的同时，起到促进药物渗透的作用。砭石熨摩治疗时不断刺激腹部穴位，通过砭石重点熨摩神阙、上脘、中脘、下脘、天枢等穴位，疏通经络，调理气血。神阙是人体的一大养生穴，是任脉的重要穴位；上脘为任脉的腧穴；中脘为胃经募穴；下脘、天枢为大肠募穴；这五穴都位于腹部，能调节胃肠功能，使三焦气化功能恢复正常。针对脾胃湿热证的CG患者，治疗时可采用健脾行气中药膏剂：健脾行气方，处方药包含：白术、白芷等7味中药组成。药方打粉提取配凡士林制成膏剂，通过熨摩的热度透皮达到治疗效果。白术益气健脾、燥湿利水，白芷有祛风燥湿、消肿止痛之功效，全方与症状相合，病机相投。

中医心理疗法是在中医心身理论的指导下，历代医家医疗实践的结晶，有着较为系统的理论方法和显著的治疗效果[12]。移情易性法是中医心理治疗方法的一种方法，即运用各种方法来转移

患者的精神意念活动,以调整气机紊乱等病理状态,从而起到治疗作用的方法。案例中《参观苹果园》引导性音乐,运用了中医心理疗法中的移情易性法,场景中又大又圆的苹果等真实构造使患者的情绪逐渐平静,肌肉得到放松,进而调动患者的思维,使自身置身于虚拟的场景中转移注意力,紧张焦虑的情绪得到改善。

本案例通过引导性音乐想象技术缓解患者的不良情绪,同时运用砭石熨摩中药透入法对患者胃肠症状进行干预,在减轻全身及腹部肌肉紧张程度的基础上,改善患者焦虑抑郁症状,利于提高患者的接受度,有助于砭石熨摩中药透入技术的顺利实施,两种技术联合,相得益彰,起到对患者身心同治的效果,从而提高护理患者症状的质量。

利益冲突声明:作者声明本文无利益冲突。

参考文献

[1] 中华医学会消化病学分会. 中国慢性胃炎共识意见[J]. 胃肠病学, 2006, 11(11): 674-684.
CHINESE SOCIETY OF GASTROENTEROLOGY. Consensus of chronic gastritis in China [J]. Chin J Gastroenterol, 2006, 11(11): 674-684. (in Chinese)

[2] 梁氏秋. 中药联合埋线干预慢性胃炎伴焦虑抑郁患者的临床研究[D]. 广州: 广州中医药大学, 2019.
LUONG T T. Clinical study of Traditional Chinese Medicine combined with embedding intervention on chronic gastritis combined with anxiety and depression[D]. Guangzhou: Guangzhou University of Chinese Medicine, 2019. (in Chinese)

[3] 高天. 音乐治疗学基础理论[M]. 北京: 世界图书出版公司北京公司, 2007.
GAO T. Basic theory of music therapy [M]. Beijing: World Publishing Corporation Beijing, 2007. (in Chinese)

[4] 黄砚萍, 田小冬, 李明珠, 等. 砭石熨摩中药透入法缓解慢性胃炎腹胀症状的效果观察[J]. 中西医结合护理(中英文), 2019, 5(6): 51-52.
HUANG Y P, TIAN X D, LI M Z, et al. Observation on electro-heated stone needle, massage and Chinese herbal skin penetration in treatment of abdominal distension in chronic gastritis patients [J]. Nurs Integr Tradit Chin West Med, 2019, 5(6): 51-52. (in Chinese)

[5] 黄砚萍, 张静, 王吉英. 现代护理技术与临床操作规范[M]. 北京: 科学技术文献出版社, 2020.
HUANG Y P. ZHANG J, WANG J Y. Modern nursing technology and standard of clinical practices [M]. Beijing: Scientific and technical documentation press, 2020. (in Chinese)

[6] 曾志泉, 陈燕珍. 中医治疗慢性胃炎临床疗效观察[J]. 深圳中西医结合杂志, 2017, 27(20): 53-54.
ZENG Z Q, CHEN Y Z. Clinical observation on treatment of chronic gastritis with traditional Chinese medicine [J]. Shenzhen J Integr Tradit Chin West Med, 2017, 27(20): 53-54. (in Chinese)

[7] 袁瑞谦. 慢性胃炎饮食护理探讨[J]. 临床医药文献电子杂志, 2020, 7(18): 126.
YUAN R Q. Discussion on diet nursing of chronic gastritis[J]. Electron J Clin Med Lit, 2020, 7(18): 126. (in Chinese)

[8] 赵美云, 刘会娟, 张海霞. 针对性心理干预在慢性萎缩性胃炎患者中的护理效果研究[J]. 心理月刊, 2021, 16(24): 176-178.
ZHAO M Y, LIU H J, ZHANG H X. Study on the nursing effect of targeted psychological intervention in patients with chronic atrophic gastritis[J]. 心理月刊, 2021, 16(24): 176-178. (in Chinese)

[9] 赵党宏. 综合护理干预对慢性胃炎及消化性溃疡患者生活质量的影响[J]. 山西医药杂志, 2021, 50(4): 679-681.
ZHAO D H. Effect of comprehensive nursing intervention on quality of life of patients with chronic gastritis and peptic ulcer[J]. Shanxi Med J, 2021, 50(4): 679-681. (in Chinese)

[10] 孙玉芝, 陈婉珉, 苏巧珍, 等. 砭石疗法应用概述[J]. 实用中医药杂志, 2010, 26(5): 352-353.
SUN Y Z, CHEN W M, SU Q Z, et al. Overview of Bianshi therapy application [J]. J Pract Tradit Chin Med, 2010, 26(5): 352-353. (in Chinese)

[11] 陈盼碧, 王莱, 杨孝芳, 等. 中医五大疗法出自五方刍议[J]. 中医杂志, 2017, 58(20): 1720-1723.
CHEN P B, WANG L, YANG X F, et al. Opinion on the five therapeutic methods in Chinese medicine sourcing from five directions [J]. J Tradit Chin Med, 2017, 58(20): 1720-1723. (in Chinese)

[12] 王芳. 中医治疗消化系统心身疾病的研究[D]. 长沙: 湖南中医药大学, 2007.
WANG F. Study of Traditional Chinese Medicine in the treatment of psychosomatic diseases of the digestive organ system[D]. Changsha: Hunan University of Chinese Medicine, 2007. (in Chinese)